

Bollos Integrales con Miel

Sirve: 77 Porciones

77 Porciones

Ingredients	Weight	Measure
Harina de pan	1 lb	
Harina integral	1 lb 5 oz	
Leche en polvo	1 oz	
Sal	3/4 oz	
azúcar morena	4 oz	
Levadura instantánea	3/4 oz	
Miel	1 1/2 oz	
Aceite de ensalada	1 1/2 oz	

Preparación

1. Combine todos los ingredientes en un tazón de 20 cuartos gl. Combine por 5 minutos a primera velocidad de la batidora y después 4 a 5 minutos en la segunda velocidad.
2. Cubra y deje la masa reposar por 30 minutos, golpee la masa y déjela reposar por 30 minutos adicionales.
3. Divida la masa en porciones de 77 a 90 oz./25 gramos.
Amase los bollos.
4. Deje crecer la masa por 1 hora y 30 minutos o hasta que doble de tamaño.
5. Unte la parte superior con el huevo.
6. Hornee en 385°F de 18 a 20 minutos.

Notas

Consejos Adicionales:

Equipo necesario: Una batidora de 20 cuartos gl, con tazón y accesorio de amasar y espátula de goma.

Origen: Hawaii Team Nutrition Whole Grain Recipes